

ロコモが健康寿命、健康長寿
介護予防にも関係・・・？

ロコモティブシンドローム について

ロコモとは筋肉、骨、関節、軟骨、椎間板といった運動器の障害から「立つ」「歩く」といった機能が低下した状態を言います。進行すると介護が必要になるリスクが高まります。要支援、要介護になる原因の第1位なのです。介護予防は自分の足で歩く事が大切です。

日時 平成29年3月25日(土)
13:00~15:00(開場12:30)
場所 岡山旭東病院 1Fパッチアダムスホール
岡山市中区倉田567-1

プログラム

- 講演Ⅰ 整形外科の立場から
ロコモティブシンドロームについて
土井 英之 先生
- 体操 ロコモ体操 体を動かしてみよう
隅井 太亮 先生(理学療法士)
- 講演Ⅱ 歯科の立場から
歯の噛み合わせについて
池上 孝 先生

参加無料・定員90名
※事前にお申し込み下さい。当日空席があれば参加可能です。

主催 申し込み先 岡山旭東病院 Tel:086-276-3231(企画広報室)
健康と咬合を考える会 池上歯科医院 Tel:086-231-0086
後援 岡山後楽園ロータリークラブ

参加申込書

医科歯科連携健康講座

下枠内に必要事項をご記入のうえ、
インフォメーションにお渡しください。

2017年3月25日(土) パッチ・アダムスホール
13:00~15:00 (岡山旭東病院1階 多目的ホール)

氏名	ふりがな	お申し込み人数	名
	複数名でご参加の場合は代表者		

◆上にご記入いただいた個人情報は、当催しの参加人数把握と延期や中止の際にご連絡をさせていただくことを目的に頂戴しています。